

Автор: О.Татарина, врач-инфекционист поликлиники



**Гепатит А – это заболевание печени вирусного происхождения.**

**Гепатит А** широко распространен в странах с теплым климатом и неудовлетворительными санитарно-гигиеническими условиями жизни. Территориально они расположены в Африке (Египет, Тунис), в Азии (Турция, Средняя Азия, Индия и Юго-Восточная Азия), в Южной Америке и странах Карибского бассейна, и являются традиционными местами туризма и отдыха.

**Гепатит А передается фекально-оральным путем при употреблении инфицированной воды и пищи, при заглатывании воды во время купания в бассейне.**

**В течение месяца могут проявиться** лихорадка, сопровождающаяся диспепсическим синдромом (тошнота, рвота, тяжесть в области желудка и правом подреберье); слабость; желтуха (желтеют склеры, кожа, обесцвечивается кал, цвет мочи становится похожим на крепко заваренный черный чай). После появления желтухи общее состояние немного улучшается. Заболевание, как правило, заканчивается выздоровлением. Тяжело переносят инфекцию дети в возрасте до 1 года, беременные и пожилые люди.

Клинические симптомы болезни и недомогание в среднем длится около 40 дней. На восстановление здоровья для возвращения на работу, учебу и к повседневной жизни могут уходить месяцы. Это во многом зависит от возраста, состояния иммунитета, наличия сопутствующих хронических заболеваний, четких выполнений рекомендаций врача.

## Как защититься от гепатита А?

Попадая в непривычные условия, не нужно забывать соблюдать **простейшие правила гигиены**:

- чаще мыть руки с мылом, обязательно после посещения туалета и пользования ванной комнаты, после ухода за маленьким ребенком, перед едой и приготовлением пищи;
- употреблять для питья, а также для мытья фруктов и овощей только бутилированную или кипяченую воду;
- отдавать предпочтение в еде продуктам, прошедшим термическую обработку;
- приобретать продукты в магазинах или пунктах общественного питания, других официальных местах их реализации.

Наиболее эффективной защитой от вируса является **иммунизация**.